

# Hartige pannenkoek met spinazie

PS  
PowerSlim



BEREIDINGSTIJD: 7 MINUTEN



1 PERSOON



BEREIDINGSWIJZE:

Bereid de PowerSlim pannenkoek volgens de aanwijzing op de verpakking. Leg de pannenkoek apart en houd deze warm. Roerbak in dezelfde pan de spinazie totdat deze geslonken is. Voeg de cottage cheese toe en meng door elkaar. Breng op smaak met zout en peper. Doe het spinaziemengsel op de pannenkoek en rol dicht.

*Tip:  
lekker met  
tomaat-komkommer  
salade.*



## Ingrediënten:

- 1 zakje PowerSlim pannenkoek
- 100 g verse spinazie
- 3 tl cottage cheese
- 1 el olijsfolie
- Peper
- Zout



KCAL

250

EIWITTEN

24,9 g

KOOL-  
HYDRATEN

7,1 g

VETTEN

12,4 g

FASE 1A + 1B